

การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวด้วยโปรแกรมภาษารัก A Enhancement of Family Quality of life through Love Language Program

เพ็ญนภา กุลนภาดล¹

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวด้วยโปรแกรมภาษารัก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดคุณภาพชีวิตครอบครัวจำนวน 40 ข้อ ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.94 และ โปรแกรมภาษารัก ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ประกอบด้วย 1) การเรียนรู้การใช้ภาษาในการชมเชย 2) การใช้เวลาคุณภาพซึ่งกันและกัน 3) การเรียนรู้ที่จะเป็นผู้ให้ 4) การแสดงออกถึงการดูแลช่วยเหลือ และ 5) การสัมผัส หรือการแสดงออกซึ่งความรักระหว่างกันกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ วัยรุ่นที่มีอายุ 15-18 ปี จำนวน 470 คน ผู้วิจัยแจกแบบวัดคุณภาพชีวิตครอบครัวให้ตอบ และคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนคุณภาพชีวิตครอบครัว จากน้อยไปหามาก จำนวน 30 คน โดยที่กลุ่มตัวอย่างดังกล่าว จะได้รับการอบรมตาม โปรแกรมภาษารักที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น จำนวน 6 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที

ผลการวิจัยสรุป ดังนี้

1. คุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรีโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.64) เมื่อแยกพิจารณารายด้านพบว่า ด้านการสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกในครอบครัวสามารถกระทำได้ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.72) รองลงมา ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.62) ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์ (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.51) ด้านความเป็นพ่อแม่ (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.46) และด้าน ปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.44) ตามลำดับ

2. คุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นกลุ่มทดลองในระยะก่อนการได้รับโปรแกรมภาษารักเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว และหลังได้รับโปรแกรมภาษารักเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว มีความแตกต่างกันทั้งโดยรวม และรายองค์ประกอบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : คุณภาพชีวิตครอบครัว/ ภาษารัก

Abstract

The purpose of this research was to enhance the family quality of life through love language program. The instruments consist of 1) the family quality of life questionnaire which involved 40 items with reliability at 0.94 and 2) a love language program. developed by the researcher which includes 5 topics 1) to learn language in compliments 2) to spending quality time with each other 3) learning to be a provider 4) the expression to take care and support and 5) the exposure or the expression of love between each other. The sample was 470 adolescents aged between 15 -18 years. They had completed the family quality of life test which given by the researcher. With the ascending scores, 30 of them have been selected to attend the training program for 6 sessions of 60 minutes, 1 session per week.

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาวิชัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

The results were as follows :

1. The overall of family quality of life among adolescents in Chonburi was moderate (mean = 2.64). When considered separately, it found that to support what the family members can be done had highest average (mean = 2.72) followed by the physical well-being (mean = 2.62) the emotional well-being (mean = 2.51) the parenting roles (mean = 2.46) and the family interaction (mean = 2.44) respectively.

2. The family quality of life among the experimental group in pre-test and post-test was different with statistical significance at .05 in both overall and in each components.

Keywords : family quality of life ,love language

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ครอบครัวเป็นรากฐานสำคัญของสังคมประการหนึ่งในการที่จะหล่อหลอมบุคคล ทั้งในด้านความคิด ความรู้สึก และการกระทำเพื่อให้บุคคลเติบโตเป็นประชากรที่มีคุณภาพ และมีศักยภาพของสังคม ทั้งนี้เนื่องจากบุคคลต้องเติบโตมาจากครอบครัว ครอบครัวจึงเป็นสถาบันแห่งแรกที่จะพัฒนาบุคคล ครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวมีสัมพันธภาพต่อกันและกันดี มีการแสดงออกต่อกันทั้งที่เป็นคำพูดและไม่ใช้คำพูด รวมถึงแสดงพฤติกรรมที่ใกล้ชิดสนิทสนมผูกพันมีความรักความเอื้ออาทรเห็นคุณค่าของกันและกันเอาใจใส่และปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนเองอย่างเหมาะสมสมาชิกในครอบครัวก็จะรักใคร่กลมเกลียวกัน ทำให้บิดามารดาตลอดจนสมาชิกคนอื่นๆ ในครอบครัว สามารถปฏิบัติตนเป็นต้นแบบซึ่งกันและกันในทุกด้าน ทุกเรื่องอย่างสมบูรณ์และเหมาะสม แต่จากสภาพสังคมปัจจุบัน สถาบันครอบครัวกำลังเผชิญกับกระแสการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งจากในประเทศ และต่างประเทศ ครอบครัวไทยมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลายประการ ไม่ว่าจะเป็นขนาดของครอบครัว จากครอบครัวขยาย เป็นครอบครัวเดี่ยวเพิ่มขึ้น จำนวนของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ชายและหญิงต่างมีบทบาทเท่าเทียมกัน ต้องช่วยกันทำมาหากิน และต้องออกไปทำงานนอกบ้านมากขึ้น จึงส่งผลให้สัมพันธภาพของบุคคลในครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป ความผูกพัน ความรักใคร่สนิทสนมที่มีต่อกันและกันลดน้อยลงตามลำดับ

ท่ามกลางความเจริญก้าวหน้าของสังคมปัจจุบันดังกล่าวข้างต้น ส่งผลต่อโครงสร้างของครอบครัว จากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยว สมาชิกในครอบครัวห่างเหินกันมากขึ้น ขาดเวลาในการพูดคุยสื่อสารกันสมาชิกในครอบครัวปฏิบัติหน้าที่ ตลอดจนแสดงบทบาทในครอบครัวโดยมองข้ามความผูกพันทางอารมณ์และการตอบสนองทางอารมณ์ต่อกันมากขึ้น ด้วยเหตุจากเทคโนโลยีการสื่อสารที่ก้าวหน้าทำให้บุคคลมีความสัมพันธ์ในวงกว้างมากจนอาจทำให้ละเลยการเอาใจใส่ต่อสัมพันธภาพในครอบครัว อีกทั้งสังคมไทยปัจจุบันเน้นความเป็นปัจเจกบุคคลมากขึ้นอาจทำให้ไม่ให้ความสำคัญต่อการอุทิศตัวให้กับครอบครัวอย่างแต่ก่อน (อุมาพร ตรีรงค์สมบัติ. 2544 : 74-77) โดยเฉพาะ ในครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น อีสุระของเด็กวัยรุ่นในปัจจุบันยิ่งทำให้บิดามารดา ตลอดจนบุตรวัยรุ่นมีการสื่อสารเข้าใจซึ่งกันและกันยากมากขึ้น บางครอบครัวมีปัญหาทะเลาะเบาะแว้ง ไม่สามารถพูดคุย หรือสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกันภายในครอบครัวได้นอกจากนั้น บิดามารดายังคงมีภาระต้องทำงานนอกบ้าน หารายได้เพื่อให้เพียงพอและสามารถตอบสนองความต้องการของสมาชิกทุกคนในครอบครัว ทำให้เวลาที่มีให้กันและกันน้อยลง วัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่สัมพันธภาพในครอบครัวบกพร่อง จะทำให้วัยรุ่นในครอบครัวขาดต้นแบบที่ดีจากบิดามารดา หรือ ญาติผู้ใหญ่ ตลอดจนขาดการสื่อสารที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว และมักเกิดความขัดแย้งซึ่งกันและกันตามมา

สอดคล้องกับงานวิจัยของทิพวัลย์ สุทิน (2542 : 1) ที่ศึกษาพบว่า เด็กที่เติบโตมาจากครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ไม่ดี มักจะมีปัญหาด้านจิตใจ ปรับตัวได้ไม่ดีตามไปด้วย และ มักจะมีปัญหาในการควบคุมอารมณ์ตนเอง รบกวนบรรยากาศในการเรียนรู้ มีปัญหาพฤติกรรม อาทิเช่น พุดปด ก้าวร้าว จากสถานการณ์ดังกล่าวนี้ ส่งผลให้หลายครอบครัวพยายามปรับตัวในการดำเนินชีวิตอย่างมาก และพยายามที่จะแสวงหาวิธีการในการที่จะเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวให้ดีขึ้น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า คุณภาพชีวิตครอบครัว (Family Quality of Life) เป็นสิ่งที่สำคัญที่เป็นพื้นฐานในการพัฒนาบุคคล คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของบุคคล ด้วยเหตุจากครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานที่สำคัญในการหล่อหลอมสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนในสังคม ครอบครัวที่มีคุณภาพชีวิตครอบครัวที่มีประสิทธิภาพ จะมีลักษณะสภาพครอบครัวที่พึงประสงค์ มีการรวมตัวของบุคคลที่มาดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีจุดมุ่งหมาย สมาชิกในครอบครัวเรียนรู้ที่จะปฏิบัติบทบาทหน้าที่ได้อย่างเหมาะสม มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน และรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกันได้เป็นอย่างดี สมาชิกสามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง สามารถปรับตัวได้ อย่างสร้างสรรค์ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคม และเป็นส่วนหนึ่งที่เกี่ยวข้องอย่างมีคุณธรรม การวัดคุณภาพชีวิตครอบครัวสามารถประเมินได้ 5 องค์ประกอบ ตามแนวคิดของฮอฟแมน (Hoffman et al, 2006) ดังนี้ องค์ประกอบปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว (Family Interaction) องค์ประกอบความเป็นพ่อแม่ (Parenting) องค์ประกอบความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์ (Emotional Well-being) องค์ประกอบความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกาย (Physical/Material Well-being) และองค์ประกอบการสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกครอบครัวไม่สามารถกระทำได้ (Disability-Related Support)

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมภาษารัก (Love Language) เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นโดยอาศัยกรอบแนวคิดของ Chapman (2005) ซึ่งอธิบายถึงแนวคิดในการที่จะพัฒนาโปรแกรมเพื่อให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ที่จะแสดงออกถึงความรัก ความผูกพันที่มี และเรียนรู้การให้หรือรับความรัก ความผูกพัน จากบุคคลอื่น แนวคิดโปรแกรมภาษารักของ Chapman ประกอบด้วย องค์ประกอบ 5 ประการได้แก่ 1) การเรียนรู้การใช้ภาษาในการชมเชย 2) การใช้เวลาคุณภาพซึ่งกันและกัน 3) การเรียนรู้ที่จะเป็นผู้ให้ 4) การแสดงออกถึงการดูแลช่วยเหลือ และ 5) การสัมผัส หรือ การแสดงออกซึ่งความรักระหว่างกัน โปรแกรมภาษารักที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจะสามารถสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นได้เพิ่มขึ้น ทำให้สมาชิกในครอบครัวเรียนรู้วิธีการในการสร้างสัมพันธภาพ และ รักษาสัมพันธภาพให้คงอยู่ยาวนาน เพื่อให้ครอบครัวซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของสังคม โดยสมาชิกสามารถเรียนรู้วิธีการในการประคับประคอง และ สร้างความเข้มแข็งภายในครอบครัว อีกทั้งสร้างเสริมให้ประชากรในครอบครัวเติบโตเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมภาษารักในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว
2. เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมภาษารักในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว

สมมติฐานในการวิจัย

สมาชิกครอบครัวที่ได้รับการอบรมตามโปรแกรมภาษารักมีคุณภาพชีวิตครอบครัวในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ผลการวิจัยครั้งนี้จะทำให้ทราบถึงคุณภาพชีวิตครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น ซึ่งสามารถนำผลการวิเคราะห์ไปใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมภาษารักเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวที่เหมาะสมต่อไป
2. ผลการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อครอบครัว รวมทั้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสถาบันครอบครัวและการปรึกษาครอบครัวได้มีแนวทางในการนำผลวิจัยไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อองค์กร หน่วยงานต่างๆ สถาบันครอบครัว และผู้เกี่ยวข้องต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น อายุ 15-18 ปี ด้วยโปรแกรมภาษารัก ศึกษาเฉพาะจังหวัดชลบุรี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

ประชากรของการวิจัย ได้แก่ วัยรุ่น อายุ 15-18 ปี ที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 เฉพาะอำเภอเมืองจังหวัดชลบุรี จำนวน 18,824 คน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 18, ออนไลน์)

กลุ่มตัวอย่างของการวิจัย ได้แก่ วัยรุ่น อายุ 15-18 ปี ที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 เฉพาะอำเภอเมืองจังหวัดชลบุรี โดยใช้ตารางการกำหนดขนาดตัวอย่างของยามาเน่ (Yamane, 1967) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ค่าความคลาดเคลื่อน +5% ได้จำนวน 470 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยสุ่มโรงเรียนจากรายชื่อโรงเรียนทั้งหมด 31 โรงเรียน ที่อยู่ในเขตพื้นที่การศึกษาได้จำนวน 5 โรงเรียน ผู้วิจัยจึงสุ่มชั้นเรียน และเก็บกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนในชั้นเรียนที่สุ่มได้นั้น หลังจากนั้นผู้วิจัยนำข้อมูลมาจัดเรียงคะแนนจากน้อยไปมาก และคัดเลือกผู้ที่มีคะแนนต่ำสุดจำนวน 60 คน สอบถามความสมัครใจ เพื่อคัดเลือกเข้าเป็นกลุ่มตัวอย่างในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวด้วยโปรแกรมภาษารัก

กรอบแนวคิดทฤษฎีในการวิจัย

แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตครอบครัว (Family Quality of life) ตามกรอบแนวคิดของ Holzman (2006) หมายถึง การที่สมาชิกในครอบครัวมีการแสดงพฤติกรรมที่แสดงถึงความรู้สึกทางบวกของสมาชิกที่มีต่อกันและกัน โดยมีจุดประสงค์ในการดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างมีเป้าหมาย สมาชิกสามารถทำหน้าที่ได้อย่างเหมาะสม มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน ปรับตัวได้อย่างเหมาะสม ประกอบด้วย

1. ด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว (Family Interaction) หมายถึง การที่สมาชิกในครอบครัวมีการปฏิบัติต่อกันและกัน มีความรัก ดูแลทั้งในยามปกติ ยามวิกฤต และ ยามเจ็บป่วย ใส่ใจ เอื้ออาทรสนใจในความรู้สึกของอีกฝ่ายอย่างสม่ำเสมอ การใช้เวลาร่วมกัน สื่อสารซึ่งกันและกันอย่างเหมาะสม
2. ด้านความเป็นพ่อแม่ (Parenting) หมายถึง การที่สมาชิกในครอบครัวรับรู้ถึงการปฏิบัติที่ผู้ปกครองมีให้ ทั้งในเรื่องการดูแลด้านความเป็นอยู่ การอบรมเลี้ยงดู การให้การสั่งสอน การให้โอกาสในการดำเนินชีวิตของแต่ละคน ในชีวิตประจำวัน
3. ความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์ (Emotional Well-being) หมายถึง การที่สมาชิกเรียนรู้ และรับรู้ความรู้สึกของตนเอง สามารถแสดงออกด้านอารมณ์ได้อย่างเปิดเผย และ เหมาะสม

4. ความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกาย (Physical Well-being) หมายถึง การที่สมาชิกได้รับการดูแลด้านร่างกายจากสมาชิกในครอบครัวอย่างเหมาะสม ได้รับการสนองตอบความต้องการจาเป็นทางด้านร่างกายอย่างเหมาะสม เพียงพอ

5. การสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกครอบครัวไม่สามารถกระทำได้ (Disability-Related Support) หมายถึง การที่สมาชิกในครอบครัวให้การช่วยเหลือดูแลสิ่งที่สมาชิกในครอบครัวต้องการ และไม่สามารถกระทำได้ ให้สามารถดำเนินการได้ลุล่วงตามความปรารถนาของแต่ละบุคคล

แนวคิดโปรแกรมภาษารักของ Chapman ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ประการได้แก่ 1) การเรียนรู้การใช้ภาษาในการชมเชย 2) การใช้เวลาคุณภาพซึ่งกันและกัน 3) การเรียนรู้ที่จะเป็นผู้ให้ 4) การแสดงออกถึงการดูแลช่วยเหลือ และ 5) การสัมผัส หรือการแสดงออกซึ่งความรักระหว่างกัน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. แบบวัดคุณภาพชีวิตครอบครัว

ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดคุณภาพชีวิตครอบครัว โดยอาศัยกรอบแนวคิดคุณภาพชีวิตครอบครัวของ Holfman (2006) ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ดังนี้ 1.ด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว (Family Interaction) 2.ด้านความเป็นพ่อแม่ (Parenting) 3.ความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์ (Emotional Well-being) 4.ความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกาย (Physical Well-being) 5.การสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกครอบครัวไม่สามารถกระทำได้ (Disability-Related Support) จำนวน 40 ข้อ วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) พบว่าค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาทั้งหมดมีค่าเท่ากับ 0.94

แบบวัดคุณภาพชีวิตครอบครัวประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป เป็นคำถามเกี่ยวกับคุณลักษณะของนักเรียนได้แก่เพศ อายุ ระดับชั้นที่กำลังศึกษาอยู่ สถานภาพสมรสของผู้ปกครอง (อยู่ด้วยกัน -แยกกันอยู่) รายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง แบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่ ระดับมาก รายได้ตั้งแต่ 100,000บาทขึ้นไป ปานกลาง รายได้ตั้งแต่ 30,000-100,000 บาท และน้อย รายได้ตั้งแต่ 30,000 บาท ลงมา อาชีพบิดา อาชีพมารดา

ส่วนที่ 2 แบบประเมินสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนวัยรุ่นกับผู้ปกครองเป็นคำถามระดับการกระทำที่แสดงถึงสัมพันธภาพของนักเรียนและผู้ปกครองมีข้อความทั้งหมด 6 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบอันตรภาค (Interval Scale) ประเมินคะแนนสัมพันธภาพ โดยการรวมคะแนนของคำตอบตามเกณฑ์ที่กำหนด และจัดระดับเป็น 3 ระดับคือระดับดีระดับพอใช้และระดับไม่ดี

ส่วนที่ 3 แบบวัดคุณภาพชีวิตครอบครัวเป็นแบบวัดที่มีข้อความทั้งหมด 40 ข้อ มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุดวัดในองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว (Family Interaction) ด้านความเป็นพ่อแม่ (Parenting) ความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์ (Emotional Well-being) ความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกาย (Physical Well-being) การสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกครอบครัวไม่สามารถกระทำได้ (Disability-Related Support)

2. โปรแกรมภาษารัก

ผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมภาษารัก เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว โดยยึดกรอบแนวคิดโปรแกรมภาษารักของ Chapman 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การเรียนรู้การใช้ภาษาในการชมเชย 2) การใช้เวลาคุณภาพซึ่งกันและกัน 3) การเรียนรู้ที่จะเป็นผู้ให้ 4) การแสดงออกถึงการดูแลช่วยเหลือ และ 5) การสัมผัส หรือการแสดงออกซึ่งความรักระหว่างกันผนวกรวมกับกรอบแนวคิดของคุณภาพชีวิตครอบครัว และ

บูรณาการทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ จากทฤษฎีทางจิตวิทยาโดยเน้นให้โปรแกรมมีความเหมาะสมกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น และตรวจสอบคุณภาพของร่าง โปรแกรมภาษารักโดยผู้เชี่ยวชาญ หลังจากนั้นทดลองใช้โปรแกรมภาษารัก และนำไปปรับปรุงเพื่อนำไปใช้ทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง

โปรแกรมภาษารัก ประกอบด้วย 6 บท ในการอบรม การอบรมแต่ละครั้งใช้เวลา 60-90 นาที มีเนื้อหา ดังนี้

ครั้งที่ 1 เรียนรู้การสื่อภาษารัก

ครั้งที่ 2 เวลาคุณภาพ กับ การสื่อภาษารัก

ครั้งที่ 3 เรียนรู้ที่จะให้ ได้มากกว่าเป็นเพียงผู้รับ

ครั้งที่ 4 พลังสนับสนุนภาษารักครอบครัว

ครั้งที่ 5 แสดงออกด้วยรักและห่วงใย สื่อภาษาใจในครอบครัว

ครั้งที่ 6 ประสบการณ์และการเรียนรู้ภาษารักเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว

ผู้เข้ารับการอบรม ประกอบด้วย วัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในทุกครั้งของการอบรม และ ในการอบรมครั้งที่ 1 และ 6 ผู้วิจัยได้เชิญบิดา มารดา ของวัยรุ่น เข้ารับการอบรมด้วย

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลคุณภาพชีวิตครอบครัว โดยเก็บกับกลุ่มตัวอย่างของวัยรุ่น อายุ 15-18 ปี ที่ศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18 เฉพาะอำเภอเมืองจังหวัดชลบุรี จำนวน 470 คนด้วยตนเอง

2. นำข้อมูลที่ได้มาจัดกระทำ วิเคราะห์ข้อมูล และ จัดเรียงลำดับข้อมูลคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจากน้อยไปมาก

3. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ได้คะแนนจากน้อยที่สุดขึ้นมา จำนวน 60 คน สอบถามความสมัครใจ และจัดเข้ารับการอบรมตามโปรแกรมจำนวน 30 คน

4. ระยะเวลาหลังการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบแบบวัดคุณภาพชีวิตครอบครัว คะแนนในครั้งนี้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Post-test)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำแบบสอบถามที่ได้รับทั้งหมด มาตรวจสอบความสมบูรณ์ แล้วนำไปวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่

2.1 วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

2.2 วิเคราะห์เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตครอบครัวของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี จำแนกตามตัวแปรต้น โดยใช้การวิเคราะห์ความแตกต่างด้วย t - test และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)

สรุปผลการวิจัย และการอภิปรายผล

สรุปผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป

วัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงร้อยละ 64.5 และเพศชายร้อยละ 35.5 อายุ 16 ปี ร้อยละ 60.0 รองลงมาคืออายุ 17 ปี ร้อยละ 37.0 อายุ 18 ปี ร้อยละ 3.0 ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่กับบิดาและมารดา ร้อยละ 38.6 พักอาศัยอยู่กับมารดาร้อยละ 34.7 และ ญาติพี่น้องร้อยละ 23.7 ผู้ปกครองมีสถานภาพสมรส อยู่ด้วยกันร้อยละ 47.0 แยกกันอยู่ ร้อยละ 22.0 และครอบครัวมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ระหว่าง 10,001 - 20,000 บาท ร้อยละ 42.0 เมื่อพิจารณาในภาพรวมสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองอยู่ในระดับ ปานกลาง ร้อยละ 47 ระดับดี ร้อยละ 31.0

ผลการวิจัย

1. ระดับคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น จังหวัดชลบุรี

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น จังหวัดชลบุรี โดยรวม และจำแนกตามองค์ประกอบ ดังปรากฏในตารางที่ 1

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคุณภาพชีวิต ครอบครัววัยรุ่นจังหวัดชลบุรี

องค์ประกอบคุณภาพชีวิตครอบครัว	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับของ คุณภาพชีวิตครอบครัว
ด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว	2.44	.32	ปานกลาง
ด้านความเป็นพ่อแม่	2.46	.39	ปานกลาง
ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์	2.51	.27	ปานกลาง
ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกาย	2.62	.30	ปานกลาง
ด้านการสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกใน ครอบครัวไม่สามารถทำได้	2.72	.31	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตครอบครัวโดยรวม	2.64	.19	ปานกลาง

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ 1 พบว่า คุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี โดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.64) เมื่อแยกพิจารณารายด้านพบว่า ด้านการสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกในครอบครัวสามารถกระทำได้ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.72) รองลงมา ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.62) ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์ (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.51) ด้านความเป็นพ่อแม่ (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 2.46) และ ด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.44) ตามลำดับ

2. วิเคราะห์เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี จำแนกตาม ตัวแปรต้น โดยใช้การวิเคราะห์ความแตกต่างด้วย t - test และ วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)

ตาราง 2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น จำแนกตามอายุ อาชีพบิดา อาชีพมารดา สัมพันธภาพภายในครอบครัว และรายได้ ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวน (One-way ANOVA)

รายการ	แหล่งความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
อายุ	Between Groups	1.62	5	.27	8.97*	.000
	Within Groups	13.99	463	.03		
	Total	15.62	469			
อาชีพบิดา	Between Groups	.332	3	.11	3.36*	.018
	Within Groups	15.29	466	.03		
	Total	15.62	469			
อาชีพมารดา	Between Groups	.25	3	.08	2.57	.053
	Within Groups	15.36	466	.03		
	Total	15.62	469			
สัมพันธภาพ	Between Groups	.63	2	.31	9.85*	.000
	Within Groups	14.99	467	.03		
	Total	15.62	469			
รายได้	Between Groups	.34	2	.17	5.21*	.006
	Within Groups	15.28	467	.03		
	Total	15.62	469			

*p <.05

จากตาราง 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น จำแนกตามอายุ อาชีพบิดา สัมพันธภาพในครอบครัว และ รายได้ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อย่างน้อย 1 คู่ ส่วนค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น จำแนกตามอาชีพมารดา ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 3 ผลการเปรียบเทียบรายคู่ค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น จำแนกตามอาชีพบิดา

อาชีพบิดา	รับราชการ	รับจ้าง	พนักงานบริษัท
รับจ้าง	-.05*		
พนักงานบริษัท	-.03	.05*	
ธุรกิจส่วนตัว	-.01	.05*	.01

*p < .05

จากตาราง 3 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นจำแนกตามอาชีพ ค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นจำแนกตามอาชีพบิดา พบว่า วัยรุ่นที่มีบิดาประกอบอาชีพรับจ้างและพนักงานบริษัท บิดาประกอบอาชีพรับจ้างและอาชีพรับราชการ บิดาประกอบอาชีพรับจ้างและอาชีพธุรกิจส่วนตัว แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 4 ผลการเปรียบเทียบรายคู่ค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น จำแนกตามสัมพันธภาพภายในครอบครัว

สัมพันธภาพ	ดี	ปานกลาง
ปานกลาง	-.03	
ไม่ดี	-.12*	-.10*

*p < .05

จากตารางที่ 4 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นจำแนกตามสัมพันธภาพภายในครอบครัว ระหว่างครอบครัวที่มีสัมพันธภาพในครอบครัวดี และ สัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวปานกลาง และ สัมพันธภาพในครอบครัวไม่ดี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 5 ผลการเปรียบเทียบรายคู่ของค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น จำแนกตามรายได้ของครอบครัว

รายได้ของครอบครัว	น้อย	ปานกลาง
ปานกลาง	-.03	
มาก	-.08*	-.05

*p < .05

จากตารางที่ 5 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นจำแนกตามรายได้ของครอบครัว พบว่า วัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวที่มีรายได้น้อย และ ครอบครัวที่มีรายได้มาก มีค่าเฉลี่ยคะแนนคุณภาพชีวิตครอบครัว แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัว ในระยะก่อนการทดลอง กับระยะหลังการทดลอง

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนคุณภาพชีวิตครอบครัวในระยะก่อนการได้รับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว และหลังได้รับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว ด้วยโปรแกรมภาษารัก

แหล่งความแปรปรวน	\bar{X}	N	SD
ก่อนได้รับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว	164.27	30	31.87
หลังการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว	225.53	30	6.75

จากตารางที่ 6 พบว่า คะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัว ในระยะก่อนได้รับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว เท่ากับ 164.21 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 31.87 ในขณะที่คะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัวหลังการได้รับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว เท่ากับ 225.53 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 6.75

ตาราง 7 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตครอบครัว ในระยะก่อนการได้รับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว และหลังการได้รับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว

การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย ในระยะก่อนการทดลอง - หลังการทดลอง	ความต่างของคะแนน เฉลี่ย	SD	t	df	Sig.
ด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว	13.00	10.12	7.03	29	.000
ด้านความเป็นพ่อแม่	16.16	10.48	8.44	29	.000
ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์	16.10	9.18	9.60	29	.000
ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกาย	16.00	4.41	19.87	29	.000
ด้านการสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกใน ครอบครัวไม่สามารถทำได้	12.27	11.12	8.07	29	.000
คุณภาพชีวิตครอบครัวโดยรวม	63.26	31.20	10.75	29	.000

จากตารางที่ 7 พบว่า คุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นกลุ่มทดลองในระยะก่อนการได้รับโปรแกรมภาษารักเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว และหลังได้รับโปรแกรมภาษารักเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว มีความแตกต่างกันทั้งโดยรวม และ รายองค์ประกอบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการวิจัยคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี พบว่าวัยรุ่นในระดับคุณภาพชีวิตครอบครัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อแยกพิจารณาทางด้านพบว่า ด้านการสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกในครอบครัวสามารถกระทำได้ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา ด้านความอยู่ดีมีสุขด้านร่างกายด้านความอยู่ดีมีสุขด้านอารมณ์ ด้านความเป็นพ่อแม่ และ ด้านปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว ตามลำดับ สะท้อนให้เห็นถึงสภาพการณ์จริงในสังคมปัจจุบัน บิดา มารดา ผู้ปกครองที่ดูแลเด็ก มีเวลาให้กันและกันครอบครัวน้อยลง เด็กและเยาวชนได้รับการสั่งสอนอบรม การใช้การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพระหว่างกันลดน้อยลง ตลอดจนผู้ปกครองบิดามารดา มีเวลาที่มีคุณภาพลดลง จึงส่งผลให้คุณภาพชีวิตครอบครัวของนักเรียนวัยรุ่น ในองค์ประกอบนี้มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดส่วนในองค์ประกอบของความเป็นพ่อแม่ มีคะแนนต่ำเป็นระดับรองลงมา ทั้งนี้เนื่องจากสภาพการณ์ปัจจุบันพ่อแม่มีส่วนร่วมในการพัฒนาลูกแบบผิวเผิน หากพ่อแม่ตระหนักหรือเห็นคุณค่าของสิ่งที่จะปฏิบัติกับเด็กและเยาวชน จะส่งผลให้ประสิทธิภาพในการพัฒนาเยาวชนมีคุณภาพยิ่งขึ้น (Pushor & Ruitenber, 2004) หรืออาจกล่าวในอีกมุมมองหนึ่งคือ คุณภาพชีวิตครอบครัวที่สำคัญคือการพัฒนาความเป็นพ่อแม่ การกระทำของพ่อแม่ที่ตระหนักและเห็นคุณค่าของการพัฒนาลูก และพยายามพัฒนาทักษะของตนเองในการอบรมเลี้ยงดูบุตรเพื่อให้เกิดความรักและความผูกพันในครอบครัวเพิ่มมากขึ้น

ส่วนในมิติที่คะแนนคุณภาพชีวิตครอบครัวของนักเรียนวัยรุ่นที่มีคะแนนสูงที่สุด ได้แก่ ด้านการสนับสนุนสิ่งที่สมาชิกครอบครัวไม่สามารถกระทำได้ ทั้งนี้เนื่องจาก ธรรมชาติและวัฒนธรรมของสังคมไทยที่มีการให้การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะเป็นในครอบครัว เพื่อนร่วมงาน หรือ บุคคลที่ไม่สนิทสนมคุ้นเคย สอดคล้องกับงานวิจัยของนันทินี ศุภมงคลศิริ (2547) ที่พบว่า นักเรียน นักศึกษา มักจะแสวงหาแหล่งความช่วยเหลือที่ไม่เป็นทางการเมื่อประสบปัญหา แหล่งช่วยเหลือที่ไม่เป็นทางการดังกล่าว ได้แก่ ครู พ่อ แม่ ผู้ปกครอง หรือ ญาติที่ใกล้ชิดดังนั้นจึงทำให้คุณภาพชีวิตครอบครัวของนักเรียนวัยรุ่นในองค์ประกอบนี้ มีค่าระดับคะแนนสูงที่สุด

2. การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี จำแนกตามรายได้ของผู้ปกครอง สถานภาพสมรสของผู้ปกครอง อาชีพของบิดา และ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนวัยรุ่นและผู้ปกครองแตกต่างกัน แสดงให้เห็นถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตครอบครัวของนักเรียนวัยรุ่น ได้แก่ อายุ เพศ รายได้ของผู้ปกครอง สถานภาพการสมรส อาชีพของบิดา และ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนวัยรุ่นและผู้ปกครอง สอดคล้องกับงานวิจัยของเซเทียร์ (1991 : 105) กล่าวว่า การรับรู้โลกครั้งแรกเกิดขึ้นในครอบครัว โดย 3 บุคคลแรกในชีวิต (Primary Triad) คือบิดามารดาและบุตรธิดาซึ่งถือว่าเป็นกลุ่มบุคคลที่มีอิทธิพลมากต่อระบบครอบครัว บิดามารดาจะสอนให้บุตรธิดาได้เรียนรู้ถึงกฎระเบียบของการกระทำกฎระเบียบของครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยเกี่ยวข้องกับร่างกายของบุตรธิดาตลอดจนความรักความอบอุ่นที่บุตรธิดาได้รับสัมผัสจากผู้เป็นบิดามารดานั้นกล่าวได้ว่าทรงอิทธิพลต่อการพัฒนาการในวัยที่สูงขึ้นดังนั้น ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตครอบครัวจึงมีอิทธิพลมาจากสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัว หรือ สืบเนื่องมาจากครอบครัวนั่นเอง

3. ผลการใช้โปรแกรมภาษารัก ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว พบว่าวัยรุ่นที่ได้รับการอบรมโปรแกรมภาษารัก มีคุณภาพชีวิตครอบครัวระยะหลังการทดลอง สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจาก โปรแกรมภาษารักที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นใช้หลักการและแนวคิดทางจิตวิทยาผสมผสานกับแนวคิดกระบวนการมีส่วนร่วมของบิดามารดา ตลอดจนบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคทางการให้การปรึกษารอบครัวมาช่วยในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวให้เพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของดิงค์เมเยอร์ (Dinkmeyer, 1968 : 36) ที่กล่าวว่า การบูรณาการแนวคิดทาง

จิตวิทยา โดยให้การช่วยเหลือบุคคลเป็นกลุ่มย่อยเป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งแต่ละคนในกลุ่มจะมีโอกาสช่วยเหลือซึ่งกันและกันร่วมกันสำรวจปัญหาความรู้สึทศคติและค่านิยมที่จะทำให้เกิดความเข้าใจ และสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆได้ดี ยิ่งไปกว่านั้น คอเรีย (Corey. 2008) ยังได้กล่าวถึงการช่วยเหลือบุคคลโดยอาศัยกระบวนการระหว่างบุคคลที่ให้ความสำคัญกับความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมบรรยากาศกลุ่มทำให้สมาชิกที่อยู่ในครอบครัวยังมีความเห็นอกเห็นใจมีความไว้วางใจทำให้เกิดการพัฒนาทักษะในการจัดการกับปัญหาภายในครอบครัวได้ดี ยิ่งไปกว่านั้นจุดเด่นของโปรแกรมที่ทำให้ประสบความสำเร็จในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว มีดังนี้

3.1 บทบาทของบิดา มารดา สมาชิกในครอบครัว ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ช่วยเสริมให้ครอบครัวมีพัฒนาการคุณภาพชีวิตครอบครัวที่ดีขึ้น มีความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ แสดงออกซึ่งกันและกันได้มากขึ้น เมื่อผนวกรวมกับองค์ความรู้ที่ได้รับจากโปรแกรม ทำให้สมาชิกครอบครัวสามารถพัฒนาตนเองรับรู้ถึงขั้นตอนการดำเนินการ และ เรียนรู้ที่จะปรับเปลี่ยนการติดตามและกลวิธีในการช่วยเหลือครอบครัวสอดคล้องกับ คอเรีย (Corey. 2008) ที่กล่าวว่าผู้เป็นผู้นำที่มีบทบาทสำคัญที่สุดในการให้การช่วยเหลือ ฉะนั้นอาจกล่าวได้ว่า ความสำเร็จของโปรแกรมประการหนึ่ง ขึ้นอยู่กับ บทบาทของผู้ในครอบครัว บิดามารดา การแสดงออกถึงบทบาทที่ชัดเจนในการดูแลช่วยเหลือครอบครัวของตนเอง

3.2 ความสามารถในการพัฒนาตนเองของสมาชิกครอบครัว มีความจำเป็นเป็นอย่างยิ่ง การจดจำและเรียนรู้วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพความไว้วางใจและความรู้สึกที่เกิดขึ้นในครอบครัว การเรียนรู้การใช้ทักษะต่างๆ ทางจิตวิทยา เช่น ทักษะการฟังอย่างตั้งใจ การแสดงออกถึงความใส่ใจกับสมาชิก ทักษะการถาม การที่สมาชิกภายในครอบครัวได้รับรู้ถึงบรรยากาศอบอุ่นปลอดภัยสมาชิกครอบครัวที่ได้รับการพัฒนาจะเริ่มไว้วางใจสามารถเปิดเผยตนเองและช่วยเหลือกันและกันได้เป็นอย่างดี

3.3 การบูรณาหลักการแนวคิดทฤษฎีและเทคนิคทางด้านจิตวิทยา สังคมวิทยา เข้าด้วยกันอย่างกลมกลืน มีส่วนสำคัญที่ทำให้ครอบครัวสามารถสร้างความเข้าใจ กับบุคคลที่ไว้วางใจ ได้อย่างดี ทำให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

3.4 สมาชิกครอบครัว ให้ความร่วมมือและมีความตั้งใจเป็นอย่างดี ซึ่งเป็นส่วนที่ช่วยส่งเสริมโปรแกรมนี้ ประสบความสำเร็จบรรยากาศในครอบครัวมีความร่วมมือและช่วยเหลือซึ่งกันและกันอีกทั้งสมาชิกครอบครัว ที่เข้าร่วมการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว ครึ่งนี้ มีความสมัครใจ ซึ่งก่อนการวิจัยผู้วิจัยได้สัมภาษณ์สมาชิกก่อนเพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยซึ่งเป็นข้อตกลงพื้นฐานของสมาชิกกลุ่ม ตัวอย่างเพราะหากสมาชิกถูกบังคับหรือไม่สมัครใจก็จะทำให้สมาชิกเหล่านั้นเกิดความลังเลใจไม่แน่ใจในหลักสูตร และ กระบวนการที่เกิดขึ้นว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างไร ในทางตรงกันข้ามหากสมาชิกมีความสมัครใจเข้ากลุ่มสมาชิกก็จะได้รับประโยชน์และประสบความสำเร็จมากกว่า

3.5 การจัดขนาดกลุ่มในการอบรมเป็นกลุ่มเล็ก พอที่จะเปิดโอกาสให้ผู้มา หรือ อาสาสมัคร มีโอกาสที่จะพูดคุย ซักถาม เรียนรู้ และ มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างเต็มที่ดังคากล่าวของเฮนเซนและคนอื่น (Hensen et al. 1980 : 477) ได้เสนอว่าส่วนใหญ่ขนาดของกลุ่มให้คาปรึกษาควรมีสมาชิกประมาณ 7-8 คน และมีขอบเขตระหว่าง 5-10 คนสอดคล้องกับคากล่าวของจาคอปส์แมนสันและฮาร์วิล (Jacobbb; Mansson & Harvill. 2002 : 40) ที่กล่าวว่าขนาดของกลุ่มที่อบรม จะมีผลทำให้ผู้เข้าอบรมได้มีโอกาสเรียนรู้เพื่อที่จะรู้จักตนเองจากปฏิกริยาของสมาชิกที่มีต่อตนเองการได้รับข้อมูลย้อนกลับจากสมาชิกคนอื่นและวิทยากร

จากจุดเด่นของโปรแกรมดังกล่าวข้างต้น ทำให้โปรแกรมภาษารักเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตครอบครัว กระบวนการทางจิตวิทยาภายในโปรแกรม ประกอบกับความสามารถของผู้นำชุมชน จะสามารถทำให้สมาชิกครอบครัวตลอดจนผู้เกี่ยวข้องสามารถนำองค์ความรู้มาใช้กับประชาชนในชุมชน และสามารถให้การช่วยเหลือครอบครัวในชุมชนให้สามารถเผชิญชีวิตในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี สามารถปฏิบัติตัวตามบทบาทที่มีต่อกันของสมาชิกครอบครัว พุดคุยแลกเปลี่ยนสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตของตน และครอบครัวต่อกันอย่างเปิดเผย เข้าใจความหมายสิ่งที่สื่อสารได้ตรงกัน เสริมสร้างการใช้สัมพันธ์ภายในครอบครัวแก้ไขปัญหาอย่างร่วมมือร่วมใจ มีความผูกพัน มีสุขภาพดีทั้งทางร่างกาย และจิตใจ วุฒิภาวะทางอารมณ์ สติปัญญา จิตวิญญาณ และภาระหน้าที่ทางสังคม ได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสมต่อไป

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

ผลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ปรากฏให้เห็นถึงระดับคุณภาพชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตครอบครัวโดยโปรแกรมภาษารัก ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับเยาวชน วัยรุ่น และครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นสถาบันอุดมศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา โรงเรียน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรภาคเอกชน หรืออื่นๆ สามารถนำแบบวัด และ ข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัวต่อไป เพื่อที่จะให้เกิดความมั่นคงแก่สถาบันหลักในการพัฒนา หล่อหลอมบุคคลตั้งแต่ขวบปีแรกของชีวิต เพื่อเป็นการปลูกฝังคุณลักษณะที่ดีในสำหรับบุคคลในอนาคตต่อไป

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวิจัยความสัมพันธ์ของคุณภาพชีวิตครอบครัวในบริบทที่หลากหลาย อาทิเช่น วัยรุ่นที่อยู่ในครอบครัวหย่าร้าง ครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว หรือ ครอบครัวลักษณะอื่น ๆ
2. ควรมีการศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของวัยรุ่น แตกต่างกันไป เพื่อผลที่ได้จะช่วยให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กและเยาวชน พัฒนาแนวคิดวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตครอบครัวตลอดจนกลยุทธ์ในแง่มุมนี้ได้อย่างกว้างขวางและเกิดประโยชน์สูงสุดต่อไป
3. ควรมีการวิจัยเพื่อขยายผล โปรแกรมภาษารักเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตครอบครัว โดยใช้กระบวนการทางจิตวิทยา กระบวนการมีส่วนร่วม ตลอดจนแนวคิดในการใช้หลักจิตวิทยาเชิงบวกที่ทันสมัยในการสร้างเสริมให้เกิดคุณภาพชีวิตครอบครัวที่ดี และ มั่นคงต่อไป

เอกสารอ้างอิง

ทิพย์วัลย์ สุรินยา. “ปัจจัยที่ส่งเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวไทย,” วารสารนโยบายและแผน

สาธารณสุข, 7(1-4), 93 –106, 2547.

นุชนาฏ รักษี และ แพทย์หญิงนิทยา คชภักดี. โครงการพัฒนาเด็กและครอบครัวโดยชุมชนมีส่วนร่วม.

2551 วันที่ค้นข้อมูล 30 เมษายน 2554, เข้าถึงได้จาก <http://www.cf.mahidol.ac.th/autopage/file/WedJuly2008-22-58-53-15article-015.pdf>

ประไพศรี คามุง. การศึกษาลักษณะความสัมพันธ์ภายในครอบครัวบุญธรรม. 2543.

ฝน แสงสิงแก้ว. “ความผูกพันรักใคร่ในครอบครัว,” วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย.

1(1), 1-10. 2499.

- พรรณพิมล หล่อตระกูลและ จันทร์ชนก โยธินชัชวาล. “พฤติกรรมของคู่สมรสไทยในเรื่อง การทำหน้าที่ในครอบครัว,” วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 44(4), 320 - 328. 2542.
- ยุทธนา ภาระนันท์. การศึกษา และการสร้างโมเดลการพัฒนาความเข้มแข็งของครอบครัว เพื่อศึกษาและสร้างโมเดลการพัฒนาความเข้มแข็งของครอบครัว. ดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา,บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สาขาสิ่งแวดล้อมศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, 2550.
- อุมาพรตรงค์สมบัติ. **จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว = Family therapy and family Counseling.** (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2544.
- DeFraim, J. “Strong families around the world,” **Family Matters**, 53 (Winter), 6-13. 1999.
- Friedman, M.M. **Family nursing theory and assessment.** (2nd e.d.) Connecticut : Appleton-Century-Crofts. 1986.
- Goddard, H.W. **Building Family Strengths.** Department of Family and Child Development, Auburn University, 1999.
- Kristin, A.M., Camille, W. & Akemi K., **Exploring the links between family strengths and adolescent outcomes.** Washington, DC : Child Trends, 2009.
- Hoffman L., Marquis J., Poston D., Summer J.A., & Turnbill A.,. “Assessing Family outcome: Psychometric Evaluation of Beach Center Family of life scale,” **Journal of Marriage and Family.** 68 : 1069-83, 2006.
- Pushor, D. & Murphy, B. “Parent marginalization, marginalized parents: Creating a place for parents on the school landscape,” **Alberta Journal of Educational Research.** 50(3), 221-235, 2004.
- Satir Virginia, and Others. **The Satir Model.** California. Science and Behavior Books, Inc. 1991.
- Yamane, Taro. **Statistics , An Introductory analysis.** 2nd ed. ,Newyork: Harper and row.